

domingo+

Atriz e influenciadora Caroline Dallarosa exibe sua rotina nas redes sociais
Ela se divide entre atuar e interagir com seus milhões de seguidores



CAMILA CARDOSO/Divulgação

Boa Mesa traz receita especial para o Dia dos Namorados
Fácil e delicioso, brownie é perfeito para o clima de romance



ALEXSANDER FERRAZ

Ministro de Portos defende nova Poligonal

A ampliação da Poligonal do Porto Organizado de Santos, que anexaria 420 mil m² da Vila dos Criadores, em Santos, deve sair do papel, na visão do ministro de Portos e Aeroportos, Silvio Costa Filho. Ele falou, ontem, com exclusividade para A Tribuna. **A-10**

Missão Porto & Mar vai para Coreia do Sul

A Coreia do Sul é a 13ª maior economia global e um das nações mais avançadas em inovação e tecnologia. É lá onde aproximadamente 50 autoridades e empresários da Missão Internacional Porto & Mar Brasil-Coreia do Sul 2024, do Grupo Tribuna, desembarcarão esta semana. **A-9**

Campos Neto rebate críticas à taxa de juros

Queixa do empresariado, a taxa de juros motivou resposta do presidente do Banco Central, Roberto Campos Neto, em Guarujá, ontem. “O que o BC tenta é seguir sua missão principal: fazer a inflação convergir para meta determinada pelo governo e manter o sistema financeiro sólido”. **B-1**

Seleção arranca vitória contra o México nos acréscimos

Em preparação para a Copa América, o Brasil venceu ontem à noite o México por 3 a 2, em amistoso. O time treinado por Dorival Júnior abriu o placar com Andreas Pereira e ampliou com Gabriel Martinelli. Quiñones e Martínez igualaram. Endrick marcou o gol decisivo aos 50 minutos do 2º tempo. O próximo jogo da seleção será 4ª-feira, contra os EUA. **B-7**

Projeto muda regras para a ocupação da Área Continental

Texto com atualizações foi enviado à Câmara Municipal

Desenvolver a Área Continental de maneira sustentável. É o que pretende a Prefeitura de Santos com o projeto de lei complementar en-

viado à Câmara Municipal no último dia 28. A proposta busca atualizar a legislação de uso do solo, visto que o último regramento ocor-

reu em 2011, adequando as atividades ao desenvolvimento urbano e turístico do local, conforme texto entregue ao Legislativo. **A-3**



SÍLVIO LUIZ

Festa portuguesa, com certeza

Em sua 15ª edição, a Festa de Portugal movimentou as ruas do Centro Histórico de Santos até hoje, com música, dança, atividades para as crianças e muitos quitutes deliciosos. **A-5**



RAFAEL RIBEIRO/CBF

Andreas Pereira foi um dos destaques da partida ao costurar a defesa mexicana e chutar para anotar o 1º gol



CBTM/Divulgação

Rumo a Paris. B-8
Mesatenista de Guarujá está pronto para fazer história nos Jogos Olímpicos

Bom dia

Não há mais como retroceder nos impactos gerados ao longo de décadas nos oceanos, mas ainda há tempo de mitigar seus efeitos. **A-2**

Aos 94 anos, morre Maria da Conceição Tavares

Economista, foi ativa na política. **B-2**

Crescem casos de malária com mudança climática

Países da África têm aumento. **B-4**

Tempo

Domingo com sol e poucas nuvens na região. **B-7**

Mín. 20º Máx. 27º

TOTAL DESTA EDIÇÃO 32 PÁGINAS

FALE COM A REDAÇÃO
(13) 99674-1390

@grupo.tribuna
@atribunasantos

CENTRAL DO ASSINANTE
(13) 2102-7232

@atribunasantos
@JornalATribunaSantos



ISSN 1415-3696
0771415369013



Público poderá ver apresentações de grupos folclóricos tradicionais de diferentes regiões de Portugal



Além da música, há espaços para tirar fotos e aproveitar o que há de melhor da culinária portuguesa

Festa com alma lusitana no Valongo

Evento, que está em sua 15ª edição, segue até hoje no Centro Histórico de Santos e destaca as manifestações culturais de Portugal

FELIPE ALVES
COLABORADOR

A 15ª edição da Festa de Portugal movimentou, ontem, as ruas do Centro Histórico de Santos. O evento continua hoje no Valongo, a partir das 10 horas, e seguirá até as 20h com diversas apresentações musicais e praça de alimentação.

O encontro celebra e difunde a cultura lusitana,

que se fez presente na história da Cidade, e que ainda permanece viva. “Santos é uma cidade que foi fundada e desenvolvida por portugueses. É muito importante que os filhos e netos de cidadãos portugueses tenham a oportunidade de ver e sentir orgulho dessas raízes”, afirmou o presidente da Escola Portuguesa, José Augusto do Rosário.

VISITANTES
A aposentada Maria Regina, de 76 anos, é filha de portugueses e casada com um português. “O evento me leva a muita coisa da minha infância. Meus pais cantando música portuguesa, contando as histórias de Portugal”, afirmou a aposentada, que visita a Festa de Portugal desde sua primeira edição. “Eu chego a

chorar (pensando) em um dia conhecer Portugal. É o meu sonho”, revelou. Quem chamou a atenção dos visitantes foram Jabuca e Bríosa, cães da raça golden retriever que vestiam a bandeira de Portugal e uma roupa inspirada nas típicas vestes portuguesas. Foram passear para “levar a diversão em forma de pelos”, afirmou sua tutora,

a professora Nanda Araujo, ao lado de seu marido Ricardo, que é adestrador. O comerciante Marcelo Gil Figueira deu um pouco do sabor de Portugal aos visitantes, oferecendo amostras de vinhos importados. Para ele, o evento é importante para rever a importância e a presença de Portugal em Santos. “Toda cultura deve ser

preservada, seja lusitana ou de outras origens. A gente tem de preservar as nossas origens”, afirmou Marcelo. Para o prefeito Rogério Santos (Republicanos), presente na festa, “a preservação da origem e da história é fundamental” e a valorização da cultura é importante pois “Santos é uma cidade internacional”.

RESIDENCIAL
Costa Colômbia

PRONTO
PARA
MORAR

Estilo em
viver bem!

2 ou 3 dorms.
92 ou 114m²
e 2 vagas

VARANDA COM
CHURRASQUEIRA

Lazer

- PISCINA
- SALÃO DE FESTAS
- SALÃO DE JOGOS
- ESPAÇO FITNESS
- BRINQUEDOTECA

Conveniência

- ESPAÇO COWORKING
- CARREGADOR PARA CARROS ELÉTRICOS

PCTC COLÔMBIA

VISITE OS APARTAMENTOS
DECORADOS

PLANTÃO DE VENDAS

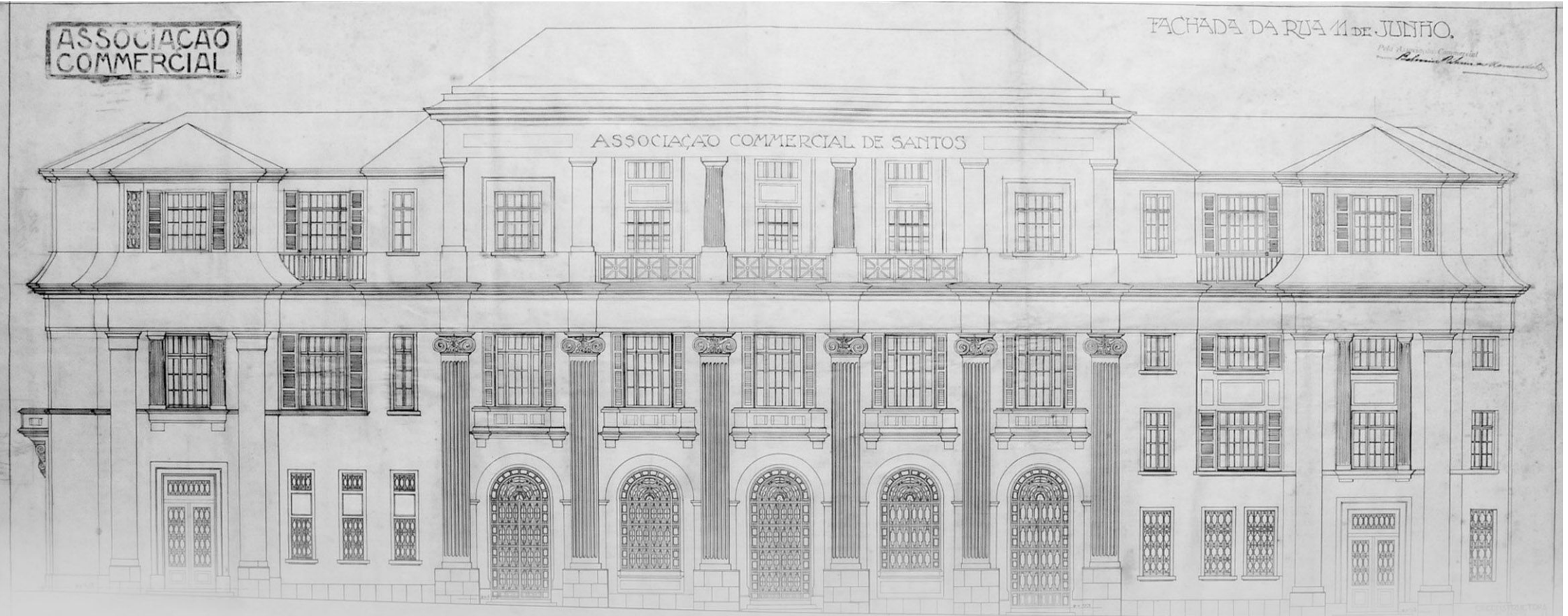
13 98199.3134 13 99706.5561

Rua Colômbia, 12 - Boqueirão - Santos

ANAMARCONSTRUTORA.COM.BR

Anamar
EMPREENHIMENTOS IMOBILIÁRIOS

Creci 140661



Primeira versão da planta da sede da Associação Comercial de Santos, ainda sem alguns detalhes de ornamentos. O projeto foi executado pela Companhia Construtora de Santos

UM PRÉDIO CENTENÁRIO

Sede da Associação Comercial de Santos é a única da cidade cuja pedra fundamental foi assentada por um presidente

SERGIO WILLIANS
COLABORADOR

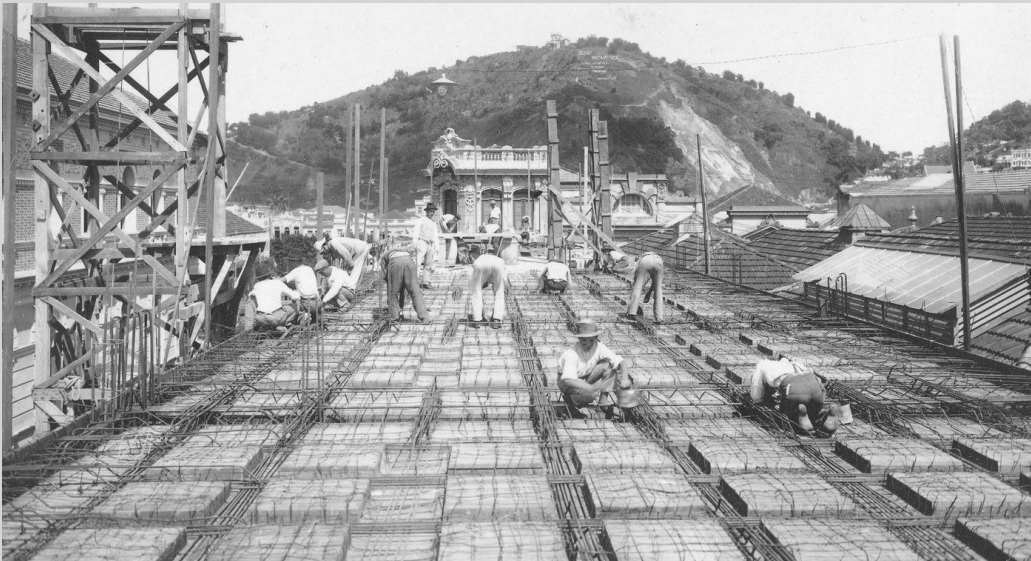
Santos, meados de 1924. No alto da fachada lateral do majestoso palácio erguido na esquina das ruas XV de Novembro e Riachuelo, operários da Companhia Construtora de Santos aplicavam os retoques finais na obra monumental. Em números romanos, eles esculpam na platibanda (moldura ou faixa horizontal na parte superior de uma construção que tem como finalidade esconder o telhado, as calhas, a caixa d’água e outros materiais de construção) o ano de encerramento daquele delicado trabalho, executado em três anos – MCMXXIV (1924). Ao término do meticuloso ajuste na argamassa voltada ao Centro santista, da calçada, os homens que dirigiam os rumos da tradicional Associação Comercial de Santos (ACS) aplaudiram entusiasticamente a realização de um sonho acalentado desde 1870, ano em que um grupo de comerciantes do setor cafeeiro resolveu criar uma entidade para lutar pelo desenvolvimento de Santos e de seu porto comercial.

O Palácio do Comércio, enfim, ostentava a pujança que merecia e enobrecia ainda mais um quarteirão histórico na Rua XV de Novembro, pedaço que no século 18 abrigara o sítio do nascimento e primeiros anos de vida do maior de todos os santistas, José Bonifácio de Andrada e Silva, o patriarca da Independência do Brasil. A partir daquele ponto, o prédio da ACS se tornava um ponto-chave na rua, que na outra esquina havia recebido, um ano antes, a Bolsa Oficial de Café (ou o Palácio do Café), tornando aquele trecho da cidade o que muitos apelidaram como a Wall Street Santista.

Adicionalmente, o prédio da Associação Comercial, de modo pioneiro e inédito até os dias atuais, foi o único cuja pedra fundamental fora lançada pelo chefe de governo máximo da nação. A cerimônia, cercada de festa, ocorrera em 22 de agosto de 1921, quando o então presidente Epitácio Pessoa agradeceu o comércio santista com o assentamento do primeiro tijolo da obra conduzida pela Companhia Construtora de Santos, uma das empresas mais importantes do segmento no País à época, dirigida por Robert Cochrane Simonsen, figura extremamente influente e que se tornou até membro da Academia Brasileira de Letras e do Instituto Histórico e Geográfico Brasileiro.

PERSEGUINDO SONHOS

A Associação Comercial de Santos, por mais de 50 anos, buscou erguer um espaço digno que representasse a força e pujança da praça comercial santista, notadamente uma das mais fortes do País. Seu primeiro espaço fora doado, em 1871, pelo fundador e primeiro presidente, o comendador e visconde Nicolau José de Campos Vergueiro. Era um pequeno sobrado localizado na então Rua da Praia (atual Tuyuti). Em 1874, a ACS conseguiu arrendar um espaço



Operários da Companhia Construtora de Santos durante a obra da nova sede da ACS em 1923



Trabalho de construção da sede da ACS com a placa da empresa responsável na década de 1920

maior na Rua do Consulado (atual Frei Gaspar), onde ficou por 10 anos.

Um incêndio acabou selando o destino da Associação Comercial com o endereço que possui até hoje. Em 30 de julho de 1883, um imenso casarão que pertencia a Jesuína Augusta de Aguiar Peixoto, situado na esquina da Rua 25 de Março (atual XV de Novembro) e Largo 11 de junho (que se tornaria Rua Riachuelo), foi parcialmente devorado pelo fogo. A proprietária, então, decidiu vender o imóvel sinistrado. Era uma boa oportunidade para os comerciantes da ACS, que adquiriram a casa e gastaram pouca coisa para reformá-la,

em dez meses de obras. Em setembro de 1884, a nova sede da entidade era inaugurada.

O primeiro imóvel próprio preservou suas características coloniais por alguns anos. Isso até 1907, quando, sob a liderança do então presidente Francisco Marcos Inglês de Souza, a Associação Comercial decidiu empreender uma grande transformação estética no prédio, dotando-o de características neoclássicas que refletiam a pujante riqueza que circulava abundantemente pela praça de Santos. Uma reformulação estrutural também se fez necessária, uma vez que as ativi-

des da ACS haviam crescido tanto que se tornou imperativo ocupar toda a edificação, dispensando os inquilinos que até então utilizavam o piso superior.

Assim, o sobrado de seis portas voltadas para a Rua XV de Novembro (três no pavimento térreo e três no superior, com sacadas protegidas por gradis de ferro) e sete portas para a Rua Riachuelo (cinco no pavimento térreo e duas no superior, também com sacadas protegidas por gradis de ferro) foi totalmente desocupado para a reforma, a cargo da firma Nicolau Spagnuolo & Cia. Enquanto a obra prosseguia, a entidade ocupou provisoriamente um espaço modesto, gentilmente cedido pela Câmara Sindical dos Corretores. Em 22 de dezembro de 1908, no dia em que completou 38 anos de existência, a Associação Comercial de Santos finalmente regressou à sua sede, agora considerada um dos lugares mais bonitos da Rua XV de Novembro.

DESEJANDO UM PALÁCIO

Apesar de melhorado, o prédio ainda não refletia o poder representativo da ACS. Com a pujança cada vez maior, em função do comércio de café pelo Porto de Santos, a ACS entrou na década de 1920 com o caixa reforçado. Era hora, enfim, de dar o passo maior, não só em melhorias estéticas, mas em tamanho. Ao adquirir os casarões que davam para a Rua Tuyuti, a entidade decidiu investir no desejo palaciano, empolgada com o erguimento do Palácio do Café (Bolsa). Assim, contratou a mesma empresa que executava a obra na outra esquina e partiu para concretizar o sonho, que se consolidou em 1924 - ou também dizendo, em MCMXXIV.

RIQUEZA

O prédio da Associação Comercial de Santos é uma das joias da cidade. Com sua arquitetura eclética, a edificação se destaca por elementos belíssimos, como colunas romanas e esculturas únicas em sua fachada.

Internamente, o esplendor continua. O salão de mármore na entrada, atualmente utilizado como área de exposições, impressiona pela sua grandiosidade. O auditório abriga uma das mais importantes galerias de presidentes da cidade. Já a sala de reuniões é adornada com móveis antigos e um quadro de Carlos Osvald. A sala do presidente, com mobiliário do século 19, exibe duas das maiores telas de Benedicto Calixto. Além disso, a Sala de Classificação de Café, com seu mobiliário dos anos 1920 e belos vitrais, é outro destaque. Para compartilhar essa riqueza histórica e arquitetônica, a Associação Comercial de Santos criou um roteiro de visitas e desenvolveu um material de divulgação sobre o prédio centenário.

Ações do Clube do Choro são ampliadas

Haverá parceria com a Prefeitura de Santos

DA REDAÇÃO

Santos já conta com uma lei municipal que permite a criação de um novo termo de fomento entre Prefeitura e o Clube do Choro de Santos. Um dos objetivos é ampliar as ações da entidade social e cultural.

Com a nova parceria, o Clube do Choro, que já promove um trabalho social junto a crianças de baixa renda com aulas de formação musical, vai ampliar seus atendimentos para adultos e idosos, com aulas gratuitas de instrumentos de sopro, violão, cavaquinho e percussão.

EVENTOS

O novo acordo vai garantir também a realização de eventos, como as comemorações do Dia Municipal do Choro (23 de abril) e o Dia Estadual do Choro (28 de

OBJETIVOS

O Clube do Choro é direcionado para admiradores do choro em geral, artistas que tocam chorinho e pessoas que desejam conhecer um pouco mais sobre esse estilo musical. Um dos objetivos da criação do clube foi agregar os conjuntos de choro das cidades da Baixada Santista e proporcionar ao público mais jovem a oportunidade de conhecer mais detalhes sobre o choro, que é considerado o primeiro estilo de música popular urbana do Brasil.

junho), entre outras ações. A assinatura do documento ocorreu na última sexta-feira, na Sala Princesa Isabel, no Paço Municipal, na presença de representantes da Administração Municipal e da Câmara Municipal,



O Clube, localizado na Rua XV de Novembro, 68, no Centro, organiza eventos e atividades ao longo do ano, incluindo encontros com músicos

além de convidados. “Podemos considerar o choro como a música clássica brasileira, e o Clube do Choro é a autêntica representação da Cultura de Santos”, afirmou o prefeito Rogério Santos (Republicanos).

O presidente do Clube do Choro, Joacir Alves de Oliveira, destacou a importância da parceria. “Estamos muito felizes em poder ter a oportunidade de ampliar nossas atividades e de atingir novos públicos. Não podemos esquecer que a cultura

do choro tem mais de 150 anos e é 100% brasileira. Podem ter certeza que muita coisa boa está por vir”.

INSTITUIÇÃO

O Clube do Choro de Santos é uma das instituições mais respeitadas na promoção e preservação da música popular brasileira, especialmente o choro, um dos gêneros mais antigos e ricos da nossa cultura.

Desde sua fundação, em 23 de abril de 2002, data

em que se comemora o Dia Nacional do Choro, em homenagem a Pixinguinha, o clube tem desempenhado um grande papel na cena musical da Cidade, proporcionando um espaço para músicos e apreciadores se encontrarem e celebrarem essa tradição musical.

ATIVIDADES

O Clube, localizado na Rua XV de Novembro, 68, no Centro, organiza eventos e atividades ao longo do ano, incluindo encontros onde

músicos se reúnem para tocar clássicos do choro, mantendo viva a tradição da improvisação e do virtuosismo característicos do gênero musical.

Também promove oficinas, workshops e concertos didáticos com músicos experientes, que ensinam técnicas específicas do choro, bem como a história e a evolução do gênero. Diversas atividades desenvolvidas pelo Clube do Choro contam com o apoio da Prefeitura.



Santista Soluções
SERVICES

Desde 1983 transformando desafios em soluções.

A excelência em serviços que sua empresa merece.



Facilities

- Limpeza • Copa • Portaria • Recepção • Manutenção
- Controlador de acesso • Zeladoria • Manobrista



Limpeza Técnica

- Pós Obra • Revestimentos • Fachadas • Pós incêndio
- Vidros • Armazém / Pátio • Pós morte • Vagões



Restauração / Polimento

- Pedras naturais e não naturais • Granito
- Mármore • Vidros • ACM • Porcelanato



Impermeabilização

- Pisos (pedras, granitos, porcelanato)
- Revestimentos de parede • Vidros • Inox • Metais • ACM



Locação de Banheiro Químico

- Festas • Eventos • Festivais
- Cerimonias • Ou locais públicos



Hidrojateamento

- Desobstrução de tubulações
- Lavagem armazéns
- Logradouros, etc.



Gerenciamento de resíduos de saúde

- Análise para direcionar o seu resíduo a destinação final com foco no meio ambiente e maior custo benefício.



13 3216-2069



13 99665-7989



santistasolucoes



santistasolucoes



comercial@santistasolucoes.com.br



santistasolucoes.com.br



R. Conselheiro João Alfredo, 196

Macuco - Santos

FALE COM A GENTE!

Editor Marcelo Santos
E-mail brasil@atribuna.com.br
Telefone 2102-7274

OAB diz que fim da saidinha é retrocesso

A Ordem dos Advogados do Brasil (OAB) pediu que o Supremo Tribunal Federal (STF) declare inconstitucional a lei que acabou com a saída temporária de presos e retome o benefício. Ao entrar com ação, a OAB arrasta o STF para arbitrar o tema, que opõe Congresso e Governo Federal.

BRASIL

MP diz ao Supremo que edital de câmera corporal é adequado

Procurador-geral considerou regular documento elaborado pelo Governo de São Paulo

DE SÃO PAULO

O procurador-geral de Justiça de São Paulo, Paulo Sérgio de Oliveira e Costa, considerou regular o edital do governador Tarcísio de Freitas (Republicanos) sobre as câmeras corporais para equipar a Polícia Militar.

O chefe do Ministério Público de São Paulo enviou parecer ao Supremo Tribunal Federal (STF) defendendo as mudanças promovidas pelo governador. Para o procurador-geral, o edital está “adequado” às diretrizes definidas recentemente pelo Ministério da Justiça.

“Cabe ponderar que as câmeras corporais servem como eficaz e idôneo elemento de prova para viabilizar a condenação criminal, sendo útil ferramenta no combate à criminalidade”, diz o documento.

Paulo Sérgio alerta, no entanto, que qualquer redução no prazo de armazenamento das filmagens vai



Aquisição de equipamentos em São Paulo foi parar na Suprema Corte

“na contramão da otimização do princípio da transparência” e seria um “retrocesso”, com impacto negativo inclusive no trabalho do MP, que pode requi-

sitar as imagens para usar como prova na Justiça.

O edital prevê que os arquivos fiquem disponíveis para acesso imediato por 30 dias. Depois disso, se-

gundo o Estado, as imagens seguirão disponíveis, por um ano, no banco de dados da Polícia Militar.

Ao contrário da Defensoria Pública de São Paulo, Paulo Sérgio não avalia que as mudanças prejudicam a política das câmeras corporais. O chefe do MP considera que, até o momento, o governo demonstrou interesse em ampliar o programa. Foi Tarcísio quem o indicou para o cargo.

O procurador-geral também não viu irregularidade na flexibilização das filmagens automáticas, um dos pontos mais controversos. O Governo de São Paulo vai comprar câmeras que, ao invés de captarem imagens ininterruptamente, poderão ser acionadas pelos próprios policiais ou por centros operacionais. O chefe do MP pondera que é preciso “sopesar os custos financeiros”. (Estadão Conteúdo)

Ex de Djidja e coach são presos

DE MANAUS

A Polícia Civil do Amazonas prendeu o ex-namorado e um coach da ex-sinhazinha do Boi Garantido, Djidja Cardoso, que morreu em 28 de maio, após ter tomado ketamina. Além deles, foram presas duas pessoas que trabalhavam para o salão Belle Femme, de propriedade da família Cardoso. Elas não tiveram os nomes divulgados.

Segundo a polícia, Bruno Roberto da Silva Lima, ex-namorado de Djidja, e o coach Hatus Silveira, que se identificava como personal trainer, foram recolhidos por “inconsistências no depoimento”. Ambos foram ouvidos no início da semana pela polícia, que conseguiu autorização para fazer quebras de dados telemáticos e identificar suspeitas.

A prisão ocorreu na 2ª fase da Operação Mandrágora. A investigação, embora tenha relação com a morte de Djidja, trata da comercialização ilegal de drogas e crimes correlatos. (EC)

LEITURA RÁPIDA

Enem Prorrogadas as inscrições até sexta

As inscrições para o Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) de 2024, que se encerrariam anteontem, foram prorrogadas por uma semana e vão até a próxima sexta-feira. A medida foi anunciada pelo Ministério da Educação e pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, que organiza a prova. O Enem deste ano será aplicado em 3 e 10 de novembro. O pagamento da taxa de inscrição segue até 19 de junho.

Porto Alegre Anac autoriza retirada de aeronaves no RS

As aeronaves que ficaram represadas no Aeroporto Salgado Filho, em Porto Alegre (RS), em razão das enchentes começam a ser retiradas do complexo aeroportuário ontem. A operação prevê a retirada de nove de um total de 47 aviões que ficaram retidos pelo alagamento do aeroporto, que tem suas operações suspensas desde 3 de maio. A operação, de caráter excepcional, foi autorizada pela Agência Nacional de Aviação Civil (Anac).

PODCAST

Santos

NO AR

POR CLÁUDIA DUARTE

CONVIDADOS

ANTONIO PIRES

EMPRESÁRIO

LAYLA FERREIRA

ARQUITETA

CONFIRA O EPISÓDIO DESSA SEMANA

APOIO

PREFEITURA DE Santos



DISPONÍVEL HOJE

ATRIBUNA.COM.BR/SANTOSNOAR





e-mail cristina.guedes@atribuna.com.br



Cristina Guedes

R3 REAL ESTATE

IMÓVEIS PRONTOS E LANÇAMENTOS

☎ (13) 3233-1410

📍 R3REAL.ESTATE

📍 RUA MATO GROSSO, 290 - VILA RICA

WWW.R3IMOVEIS.COM.BR

ARTE DA MÃE NATUREZA

Qualidade que você vê!

IOG

INSTITUTO OFTALMOLÓGICO ACCIOLY DE GUSMÃO

www.ioag.com.br | 13 3569-5555



Nem bem começou... e já é sucesso!
A exposição que celebra os 50 anos de fotografia de Araquém Alcântara vem atraindo grande público à Pinacoteca Benedicto Calixto, onde amigos e admiradores do artista terão nova oportunidade de estar com ele. É que na próxima terça-feira, a partir das 18 horas, Araquém voltará ao Casarão Branco. Anote na agenda!

Diva Kodama e Ângela Elias, ex-presidentes da Fundação Pinacoteca, conhecem bem a história do artista que, em seus registros fotográficos, alerta não apenas para as questões ambientais, como também para temáticas sociais



Os jornalistas Fábila Larsen e Omar Bernedo, secretário de Cultura de Cubatão, sabem da importância do artista, que já realizou mais de 50 expedições pela Amazônia, considerada por ele como sua matriz criativa



A exuberância das 58 imagens que compõem a exposição do fotógrafo de natureza mais renomado da atualidade foi admirada por Francisco Carrera Rodrigues, o querido Paquito, Beca de Paula e Débora Uehara



Roberto Miguel Fajer é argentino, morou em Salvador e, agora, vive em Santos. Foi na vernissage acompanhado dos amigos Camilo de Oliveira e Natvelo Mathias, admiradores da jornada de Araquém



Sandra Perruci, Luciana Reda Claro e Rosângela Menezes conhecem Araquém há muitos e muitos anos. Aplaudem sua postura combativa em defesa do patrimônio ambiental e dos povos indígenas



Esse quarteto sabe que a divulgação de ações que despertem a consciência coletiva sobre a preservação da natureza é de extrema importância. Elas integram, com grande competência, a equipe de Marketing do Grupo Tribuna: Gabriella Bonfanti, Leila Mota, Fernanda Gusson e Ivana Montemurro

CLÍNICA RICARDO SALLUM

Colocamos à disposição de nossos clientes, o aparelho mais utilizado, nos dias atuais, para a realização da Polissonografia Domiciliar: o Watch-Pat (aprovado pela FDA, nos Estados Unidos e ANVISA, no Brasil), para diagnóstico e tratamento do Ronco e da Apnéia Obstrutiva do Sono. Trata-se de um monitor de pulso e um sensor aplicado no dedo indicador, que o próprio paciente coloca em sua casa durante a noite.

R. OLYNTHO RODRIGUES DANTAS, 343 CJ 85 – (EDIFÍCIO MED CENTER)

☎ 3224.2503 📞 3237.6375



FALE COM A GENTE!

Editora: Fernanda Lopes
E-mail: domingomais@atribuna.com.br
Telefone: 2102-7072

domingo+

Sua majestade, o pão de cará

Padarias da região criaram sanduíches exclusivos e bem variados nos quais ele é protagonista para o Festival Gastronômico Sanducará, até o fim do mês

PÁGINA C-7



ENTREVISTA

A atriz Caroline Dallarosa também se notabiliza pelo conteúdo que produz para as redes sociais, onde acumula milhões de seguidores ao mostrar sua rotina

A curitibana Caroline Dallarosa começou a carreira como modelo, mas desde criança já atuava em peças de teatro. Sua estreia na televisão foi como Anjinha em *Malhação: Toda Forma de Amar*, em 2019 e logo depois foi escalada para o elenco da novela *Além da Ilusão* (2022), como a voluntariosa Arminda. No streaming, pode ser vista no sucesso *Tá Escrito* (2023), disponível no Globoplay, onde contracenava com Larissa Manoela e mergulha no universo dos signos. Além do trabalho como atriz, ela ainda alimenta as redes sociais com muito conteúdo envolvendo sua rotina e diz que gosta de dividir a sua vida com os seguidores, além de também abordar temas que defende, como a defesa e a proteção da vida animal.



FOTOS CAMILA CARDOSO/DIVULGAÇÃO

Um livro aberto

... ..
POR FERNANDA LOPES DA REDAÇÃO



Depois de *Malhação*, você foi emendando trabalhos de sucesso na TV. Agora, fez um filme com a atriz Larissa Manoela. Qual a diferença de se fazer novela e filme?

Primeiramente, o tempo. A novela demanda muito mais tempo do que um filme. Em uma novela, fazemos umas 20 cenas por dia, enquanto no filme são bem menos cenas, mesmo no caso do ator que é o protagonista. Uma grande diferença também foi a questão de só ver o resultado do filme depois de um ano. Na novela, temos tempo de ajustar as cenas subsequentes, conferir aos poucos no ar o que está sendo feito e é obra aberta. O filme já chega na nossa mão com começo, meio e fim, você sabe para onde vai o personagem, o que por um lado é ótimo, mas por outro não tem como ajustar nada depois que foi filmado.

Qual trabalho seu que desperta um carinho mais especial?

A gente tem um carinho especial por todos os trabalhos. Cada personagem é único, mas uma que destacaria é a Anjinha, por ter sido a primeira e por ter uma ligação muito forte com a minha história na vida real. Isso faz com que, volte e meia, ela esteja no meu coração. A Anjinha é especial por ser a primeira, a Arminda me deu uma família incrível e a oportunidade de viver em outra época e a Marina é sonhadora e obstinada como eu.

Além de emendar trabalhos, você ainda encontra tempo para produzir conteúdo para as redes sociais, onde tem milhões de seguidores. Você sente algum incômodo ao se expor? Ou curte essa vertente do trabalho?

Tenho zero problema com a exposição, na verdade acho até divertido que as pessoas me reconheçam e falem comigo sobre coisas da minha vida, sinto que meus fãs viram meus amigos, isso traz uma proximidade que a TV não deixa você ter, por exemplo, quem assiste meu TikTok sabe muito mais coisas sobre a minha vida do que quem só vê a Carol na TV. Tento sempre mos-

trar desde o perrengue até o luxo que essa vida me proporciona, então é divertido, não me incomoda nada em as pessoas saberem que tenho boletos para pagar (risos).

Outra frente em que você atua ativamente é a da defesa animal, inclusive sendo vegetariana. Como defende essas causas, é importante para o artista influenciar em causas que julga importantes?

Acho que tanto o artista quanto o influenciador precisam se posicionar em coisas que acreditam. Sou uma amante dos animais, não tenho ONG, mas ajudo as que eu posso e incentivo as pessoas a fazerem isso. Falo sobre a importância da vida dos bichinhos. Eu sou o que chamam de ovolactovegetariana, que é a pessoa que come ovo e toma leite, mas confesso que sou péssima com esses termos. Só parei de comer carne animal e é isso, não gosto de me rotular e quando me perguntam se eu sinto falta, digo que não, porque sinto que de alguma forma, sem comer os animais, fico mais próxima deles.

E o muay thai, como surgiu na sua vida? Você treina sempre?

Na verdade, muay thai eu só fiz para *Malhação* e foi extremamente difícil. Ao mesmo tempo que é um esporte lindo, ele demanda muita dedicação. Aprendi a ter disciplina na época da novela porque quase todos os dias eu fazia muay thai e futebol. Isso durou cerca de 3 meses, foi uma experiência incrível e adoraria ter continuado. Quem sabe agora não é a hora de voltar, não é mesmo?

Quais são os projetos para este ano? Onde poderemos vê-la?

Eu sou megasupersticiosa, então eu só falo quando as coisas vão de fato se concretizar, afinal o trabalho do ator é meio instável, então a gente nunca sabe, só quando está gravando. Mas posso garantir que vêm coisas lindas pela frente, não vejo a hora de voltar aqui e contar tudo detalhadamente.

Acho que tanto o artista quanto o influenciador precisam se posicionar em coisas que acreditam

BELEZA

POR LUIZA CASTRO COLABORADORA

Maquiagem de inverno

Já estamos na metade do ano e o frio vem chegando. Por isso, precisamos mudar a nécessaire e adaptar a maquiagem e os cuidados com a pele para essa época do ano. No inverno, ela fica mais ressecada. Por esse motivo, vamos escolher novos produtos para sua preparação. Água termal nunca sai da nécessaire. Em todas as épocas do ano, segue repondo minerais, acalmando e protegendo-a da poluição.

Já o hidratante precisa ser trocado. Moramos em uma cidade muito úmida. Em Santos, o verão é marcado por altas temperaturas e a pele fica mais oleosa. Com a chegada do inverno, ela tende a ressecar. Por isso, a necessidade da troca dos cosméticos. Opte por um hidratante mais cremoso e denso e esqueça a versão em gel.

Hidratante de olhos, pode seguir usando o mesmo. Caso não tenha um produto específico para essa região, aplique uma camada extra de hidratante facial. Já o hidratante de lábios deve andar contigo na bolsa, ele vai ser o seu melhor amigo. Balm labial, manteiga de karité, lip oil e gloss tam-



ARQUIVO PESSOAL

bém são ótimos aliados. À noite, opte por um regenerador labial ou até mesmo pomada para assadura infantil. O meu lábio fica extremamente resse-

cado nesse período do ano e faz muita diferença cuidar da boca para que você possa usar maquiagem sem ressecamento excessivo.

O filtro solar pode ser o mesmo do verão e não se esqueça de usar o produto mesmo em dias nublados.

O primer pode ser alterado para outro com textura mais oleosa. Há muitos tipos no mercado com texturas que variam de aquosa até os mais densos e oleosos. Escolha um produto mais oleoso.

Mistério

A maquiagem de inverno é mais misteriosa, com cores intensas e também mais elegante. Tende a ter a pele mais elaborada para compor o look. Para a base, escolha uma cobertura média à alta, com acabamento luminoso e hidratante. O corretivo deve ser cremoso e não matte, que pode salientar as suas linhas de expressão, tome cuidado! Contorno e blush cremosos trazem uma sofisticação à produção. A transição com a base fica mais bonita e como são produtos cremosos tendem a permanecer mais tempo na pele. Finalize usando pó em áreas que você realmente sinta a necessidade de selar.

Para as sobrancelhas, use

sombra específica para a região e rímel incolor para fixar os pelos.

Agora, vamos para os olhos. Os tons terrosos estão são tendência. O laranja e vermelho com marrom ficam divinos no look. Aplique a cor que deseja no côncavo e esfume com sombra marrom. Finalize com máscara de cílios preta para dar acabamento.

Já nos lábios, recomendo que você ouse. O tom marsala e cereja está em alta. Se jogue nas cores e realce a sua beleza. Além disso, essas cores são maravilhosas para contrastar com o tom dos dentes, deixado a impressão que são ainda mais brancos. Isso é colorimetria!

Sempre trago novas ideias para você sair da sua zona de conforto. O marronzinho/nude nunca sai de moda, mas te convidei a testar coisas novas e técnicas que vão te deixar ainda mais bonita. Adapte essa maquiagem para o seu gosto pessoal e também utilize o material que você já tem.

Espero que tenha gostado. Para mais dicas, siga as nossas redes sociais: @makeluiza-castro.



LUIZA CASTRO
É MAKE UP ARTIST E DESIGNER

VITRINE

POR FERNANDA LOPES DA REDAÇÃO

Ineout Collagen Gummies
Gomas de colágeno Verisol com alta biodisponibilidade para a firmeza e elasticidade da pele. Promete nutrir de dentro para fora, melhorando a aparência da pele, cabelos e unhas.
Preço médio: R\$ 274,90



Máscara Care Satin Oil
Um creme de hidratação com ação intensiva para recuperar cabelos danificados. Devolve o brilho, a sedosidade e o movimento aos fios. Tem fórmula de rápida absorção sem deixar oleoso ou pesar no resultado final.
Preço: R\$ 180,00



Máscara de Cílios Super Bold Nina Secrets Eudora
Promete volume extremo desde a primeira aplicação sem formar grumos, permitindo acabamento de cílios postiços. Tem efeito superpreto e não esfarela.
Preço médio: R\$ 59,99



FOTOS DIVULGAÇÃO



RENASCER
A SUA NOVELA DAS 9
tv globo tv tribuna

Angel Magic Blindagem para Pele e Olhos by Pri Lessa - Catharine Hill
Fórmula promete dar durabilidade à make, além de poder ser usado para diluir e recuperar produtos ressecados. Fluido e não oleoso, dá sensação de pele hidratada e minimiza os poros.
Preço médio: R\$ 72,00



Translucent Loose Powder Matte Rose
Pó solto Translucent Loose Powder Matte Rose tem acabamento matte natural. Fórmula suave que ilumina e mantém a pele sequinha. Enriquecida com ácido hialurônico para toque extra de hidratação.
Preço médio: R\$ 134,00



Espanja Chill Blender - Catharine Hill
Seu formato de 'coxinha', com um recorte chanfrado, facilita a aplicação de produtos em áreas como o canto do nariz e abaixo dos olhos.
Preço médio: R\$ 29,00



FIQUE BEM

POR CLÁUDIA DUARTE CUNHA COLABORADORA

.....

Coração em alerta

O diagnóstico precoce é sempre o melhor caminho para o aumento das chances de cura. O cardiologista Roberto Yano fala sobre sintomas cardíacos que requerem uma avaliação médica capaz de diagnosticar uma eventual arritmia, insuficiência cardíaca e até mesmo um infarto.

Para prevenir esse tipo de problema, além de mudanças no estilo de vida, é fundamental realizar um diagnóstico precoce, pois quanto mais cedo a doença for detectada, maiores as chances de recuperação. Para isso, é importante estar atento aos sinais do seu corpo, explica Yano.

“Antes de uma doença cardiovascular chegar à sua pior fase, ela dá diversos sinais que o paciente muitas vezes não relaciona com o coração, mas que podem facilitar e acelerar o diagnóstico e o tratamento, salvando vidas”, conta o cardiologista. Entre esses sinais estão:

DOR NO PEITO

“Esse é um dos sintomas mais clássicos de problemas no coração, mas tem sido cada vez mais considerado e tido como algo normal quando ocorre ocasionalmente. No entanto, sempre que houver esse problema é importante procurar um médico, pois pode indicar não só problemas no coração, mas em diversas outras áreas”, explica o especialista.

CANSAÇO E FALTA DE AR

“Se você se cansa muito facilmente e fica com falta de ar, tanto ao praticar esportes ou exercícios físicos, mas também em atividades rotineiras que antes fazia normalmente, isso pode indicar uma insuficiência cardíaca”.

INCHAÇO NAS PERNAS

“Esse sintoma pode indicar diversos problemas, como obesidade, problemas nas veias das pernas, nos rins ou doença no fígado, mas também pode indicar uma insuficiência cardíaca”, afirma Yano.

PALPITAÇÃO

“O normal é nós não sentirmos o coração bater. Quando passamos a perceber os batimentos de forma acelerada ou descompassada, pode ser indicação de uma arritmia cardíaca. Ela, em alguns casos, pode ser mais grave e até levar à morte se não for bem tratada”.

TONTURAS

“Problemas no bombeamento do sangue podem prejudicar a circulação sanguínea e reduzir a quantidade de sangue que chega ao cérebro, o que gera tonturas e até mesmo desmaios”.

Conheça cinco
sinais que merecem
investigação médica



VITAMINAS X ÁLCOOL

Veja até que ponto a bebida alcoólica afeta na absorção de vitaminas

A farmacêutica e professora universitária Aline Fonseca explica que algumas vitaminas podem ter impactos mais significativos com a ingestão rotineira de álcool. Quem necessita repor vitaminas precisa ficar atento ao consumo de bebidas alcoólicas.

Aline, que é professora do curso de Farmácia da Faculdade Anhanguera, explica que a vitamina de maior impacto na absorção em uma rotina que tenha consumo de álcool é a do complexo B, conhecida por desempenhar um papel crucial no metabolismo energético e na saúde do sistema nervoso.

“Estudos sugerem que o álcool pode interferir na absorção dessa vitamina, especialmente a vitamina B1 (Tiamina) e a B9 (folato), levando a deficiências que podem ter sérias consequências para a saúde”.

Dois aspectos importantes a considerar são a quantidade e a frequência do consumo de álcool. Enquanto o consumo moderado pode ter um impacto mínimo na absorção de nutrientes, o consumo excessivo e crônico pode estar associado a uma série de problemas de saúde, incluindo deficiências nutricionais.

Estudos demonstram que pacientes que fazem uso excessivo de álcool possuem alterações hepáticas significativas, como a esteatose hepática. E isso pode resultar em lesões nos hepatócitos (células do fígado) e acúmulo de gordura, o que pode reduzir a absorção de vitaminas.

A especialista aponta ainda que embora o foco principal esteja nas vitaminas do complexo B, há evidências de que o álcool também possa afetar a absorção de outras vitaminas e minerais, incluindo as vitaminas C, D, zinco e magnésio. Todavia, a extensão e a gravidade desses efeitos devem estar correlacionadas com o grau de etilismo da pessoa, bem como a possibilidade de haver outras patologias envolvidas.



CLÁUDIA DUARTE CUNHA
É JORNALISTA ESPECIALISTA EM SAÚDE

.....
CLAUDUARTE@UOL.COM.BR



INSTITUTO DE OLHOS
EDUARDO
PAULINO

(13) 3477-9000 (13) 98111-4242

CAMA SOLTA: liberdade e funcionalidade

Entenda como ela pode mudar o estilo arquitetônico e potencializar o relaxamento

Elas são as protagonistas na arquitetura de interiores dos dormitórios e essenciais para nosso descanso após um longo dia de trabalho. E essa relevância não é exagero: a compreensão sobre o modelo certo da cama envolve um entendimento que acompanha o estilo do projeto – bem como o gosto e as demandas do morador – e deve ser compatível com o espaço disponível.

A leveza esperada na função do móvel pode ser aguçada por sua colocação de forma solta. “Essa é uma tendência que propicia a percepção de um ambiente mais leve, fluído e sofisticado”, avalia a arquiteta Mari Milani.

VARIEDADE DE ACABAMENTOS

Um dos pontos positivos da presença das camas soltas está na oportunidade de selecionar a peça com determinado design e material alinhado com o décor do quarto, tais como madeira, ferro, alumínio e tecidos como a camurça, suede e veludo, entre outros. “Afinal, ela não é vista como um elemento isolado e destoante, mas sim como um item que integra o conjunto da obra”, avalia a profissional.

Ainda de acordo com ela, essas características são excelentes quando a ideia é inserir uma proposta temática ao projeto ou mesmo trabalhar com um mix de materiais e texturas para criar volumes diferentes.

Imponente, o design da cama de ferro contribuiu para a atmosfera romântica pretendida pela arquiteta para esse dormitório. Com uma leitura revisitada, as referências clássicas são percebidas pelas boiseries e o rosa antigo que as recobrem.

A POSSIBILIDADE DAS CABECEIRAS

Um dos charmes das camas soltas está no acabamento que pode se estender pela estrutura que recebe o colchão e nos pés, diferentemente da versão box.

Outra potencialidade oferecida pela cama solta é a de brincar com a própria parede em uma espécie de jogo cênico. Para tanto, Mari avalia as camadas a serem criadas por meio da parede e da cabeceira, como também a combinação entre os materiais e as texturas. “Se expressa como uma obra de arte”.

SOB MEDIDA

Para quem procura uma outra solução de cama solta, principalmente quando o espaço é compacto e a disposição do dormitório não bate com os modelos de camas disponíveis, a profissional explica que é possível contar com uma versão sob medida. “Em geral, essa oportunidade resolve o dilema da escassez de espaço, já que além das dimensões necessárias, adaptamos as referências para viabilizar gavetas e baús”.



+ Cabeceiras de ferro ou de madeira trabalhada nunca saem de moda e se destacam no mobiliário solto, assim como as texturas que podem ser na parede atrás da cama ou na própria cabeceira

CARREIRA

POR GABRIEL FOMM DA REDAÇÃO



Saiba usar a rede social para a CARREIRA

Com o avanço da tecnologia e a modernidade no mercado de trabalho, até o jeito de mandar currículo mudou. Hoje, a melhor forma de garantir um destaque em seu ramo é ser engajado, trabalhando bem seu LinkedIn

Hoje, não há escapatória, a rede social LinkedIn abre portas em diversas áreas e funciona como um cartão de visita para empresas e recrutadores conhecerem suas competências e experiências. Disputar uma oportunidade contra diversos perfis bem produzidos torna-se um verdadeiro desafio para quem procura uma vaga de emprego. Sendo assim, essa busca ganha uma nova questão: como fazer seu LinkedIn se destacar na multidão? A coordenadora dos cursos de Gestão e Negócios na Universidade São Judas e especialista em Recursos Humanos Alessandra Demite ressalta a diferença entre um currículo e o perfil na rede social. Ela explica que o documento é formal e nele devem ser colocadas informações que podem ser verificadas posteriormente, por isso a importância de não mentir nem omitir nenhum tipo de informação no currículo. “Quando falamos do LinkedIn,

ele já vai além dessas informações do currículo. Primeiro, ele pode funcionar como um cartão de visita, na medida em que são inseridas informações que podem atrair o selecionador. É possível colocar palavras-chave, posts de temas relacionados à área de formação, de feitos já realizados e que podem ser importantes para um avaliador identificar no perfil e se interessar”. Alessandra reforça que no LinkedIn devem ser inseridas informações profissionais, interesses e, principalmente, tudo aquilo que foi feito em termos de carreira. Contudo, destaca que o candidato precisa entender que a plataforma é mais dinâmica, mais atrativa e que mostra a pessoa, enquanto profissional, de uma maneira mais globalizada. “O currículo se destaca perante os demais, perante a multidão, justamente quando o candidato o torna um perfil diferencial. Então, além das informações, que devem ser completas, podendo ultrapas-

sar os três últimos empregos, todos os cursos já feitos etc., o LinkedIn vai se diferenciar de uma pessoa para outra, a depender da forma como é utilizado”. No perfil do LinkedIn, a especialista cita que é importante colocar uma foto, descrição do perfil, interesses, mostrar o que já foi feito na trajetória profissional e publicar análises sobre um determinado assunto que esteja relacionado à sua profissão. Afinal, a rede social exige uma interação frequente do profissional que está tentando aparecer ou demonstrar o seu serviço na rede. Alessandra diz que dentro do LinkedIn o profissional está fazendo o seu marketing e mostrando que naquela área de conhecimento, dentro daquela profissão, em sua carreira, ele dita as regras. Sendo assim, há espaço para demonstrar onde a pessoa quer chegar, sua trajetória profissional e o que o candidato tem feito para atingir os seus objetivos.

O que não se deve colocar

Saber filtrar assuntos e pensar estrategicamente antes de realizar uma publicação no LinkedIn é essencial. Para o gerente de Gente e Gestão na LG lugar de gente, Danilo Camapum, é importante interagir com conteúdos que geram interesse para a área de atuação. O especialista afirma que essa é uma boa maneira de trabalhar o networking e extrapolar para o ambiente corporativo. “O candidato pode ser criador de conteúdo no LinkedIn, consumir conteúdo, participar de reuniões, buscar pessoas que inspiram, empresas que façam sentido para suas metas profissionais”. Por isso, Camapum indica o candidato a levar para a rede exemplos de entregas e conquistas profissionais. Além disso, aconselha a evitar conteúdos pessoais ou ‘memes’ que fujam da proposta profissional. Não precisa ser algo engessado, mas é importante lembrar que é um ambiente mais formal. É como se o LinkedIn fosse uma extensão do ambiente corporativo. Então, o especialista indica que os comportamentos sigam essa linha desde a foto do perfil até a maneira de se comunicar, de se posicionar e dos posts publicados. Outro conselho do profissional é a interação. Afinal, mostrar interesse é algo positivo. “Portanto, interagir com os profissionais de RH e recrutadores das empresas, demonstrando seu interesse, é sempre bem-vindo. É claro que o retorno pode variar dependendo do profissional, da agenda dele e da maneira como ele utiliza o LinkedIn. Algumas pessoas podem responder rapidamente, outras mais lentamente, e algumas talvez nem respondam”. Então, caso o candidato admire um executivo ou está interessado em uma vaga de uma empresa que gosta, Camapum exalta que interagir com o recrutador ou até mesmo com a página da empresa no LinkedIn é uma boa maneira de ser notado. “Principalmente para empresas de tecnologia, que é o segmento em que a LG atua hoje, vejo isso como uma das principais fontes de recrutamento. É uma rede social que traz as informações profissionais de maneira espontânea e permite essa interação entre pessoas”. O gerente diz que, da mesma maneira que o candidato acaba interagindo diretamente com o executivo ou com o RH das companhias, os executivos, gestores e RHs das companhias também podem interagir com os candidatos, que se conectam de acordo com o interesse de cada um. “Então, é uma rede bem democrática, com uma base de dados muito extensa e que com certeza é consolidada, principalmente para vagas administrativas, estratégicas, como a principal fonte de recrutamento ativo”.

É fundamental estruturar o perfil

“É de grande relevância ter um perfil estruturado no LinkedIn. Hoje, com a tecnologia e uso da inteligência artificial, as empresas utilizam palavras-chave nos sites de busca de empregos e não vão mais no

currículo buscar essas informações. Elas recorrem ao LinkedIn. As empresas procuram os profissionais que desejam na plataforma. Então, ter um perfil muito bem alimentado, em termos de informa-

ções, com certeza vai atrair várias empresas interessadas”, explica a especialista em Recursos Humanos Alessandra Demite. Sendo assim, ela aconselha que as postagens e atualizações no perfil tenham

uma boa constância, para que o perfil continue circulando entre os selecionadores. “O candidato que só faz uma pequena alteração, uma pequena postagem uma vez por mês, acaba tendo menos visibilidade”.

